



SERCA
INSTITUTO
DE ALTOS ESTUDIOS
ESPECIALIZADOS

MÁSTER DE FORMACIÓN PERMANENTE EN TRATAMIENTO E INTERVENCIÓN EN ANSIEDAD Y ESTRÉS



FORMACIÓN PERMANENTE



WWW.INSTITUTOSERCA.COM



Acerca de **Instituto Serca**

Instituto Serca es un centro especializado en Formación de Postgrado: Másteres, Dobles Títulos de Máster, Especialistas y Expertos Universitarios, así como Cursos Homologados por Universidades. Se caracteriza por no centrarse en la formación de expedientes, sino de personas, cuyo aprendizaje dará sentido a su experiencia.

Los Másteres, Especialistas, Expertos Universitarios y Cursos que impartimos desde Instituto SERCA, cuentan con todas las garantías y exigencias de calidad, lo que hace posible que la titulación obtenida por nuestros alumnos/as sean Títulos expedidos por prestigiosas universidades.



Metodología de Estudio

- ✓ **Campus Virtual Avanzado:** Experiencia de estudio individualizada, intuitiva e interactiva.
- ✓ **Tutorización Permanente:** Nuestro equipo docente estará a disposición del alumnado desde su matriculación hasta la finalización de todo el proceso formativo.
- ✓ **Clases en vídeo y en audio:** Cada programa formativo dispone de clases en vídeo y audios específicos por materia, para reforzar el contenido teórico.
- ✓ **Metodología E-Learning:** Modalidad 100% online adaptada a las necesidades del alumnado.
- ✓ **Evaluación:** Planteamiento de casos y actividades dirigidas a la valoración competencial del programa formativo.
- ✓ **Profesorado Especializado:** Contamos con un claustro de profesores especializado que realizará un seguimiento personalizado del aprendizaje.
- ✓ **Biblioteca Digital:** A través de nuestra innovadora plataforma digital, el alumnado podrá acceder a un amplio catálogo de libros, revistas, obras de investigación y tesis doctorales.
- ✓ **Descarga automática de certificados y actualización de notas permanente.**
- ✓ **Notificaciones en tiempo real sobre el estado y evolución del estudio.**





Campus **Virtual**

- ✓ Clases en vídeo de cada materia
- ✓ Tutorías de seguimiento en directo mensuales
- ✓ Herramientas de interacción y seguimiento: tutorización permanente, foro, emails, etc.
- ✓ Consulta directa del expediente académico
- ✓ Descarga de certificados
- ✓ ¡Y mucho más!...

Presentación del Programa

El Máster en Tratamiento e Intervención en Ansiedad y Estrés de Instituto Serca está diseñado para profesionales que desean especializarse en uno de los ámbitos con mayor demanda asistencial en salud mental. Esta formación proporciona una visión integral y actualizada que abarca desde las bases neurobiológicas hasta las estrategias de prevención y promoción del bienestar psicológico.

A lo largo del programa, profundizarás en la evaluación clínica mediante entrevistas estructuradas, instrumentos psicométricos, técnicas psicofisiológicas y herramientas digitales. Estudiarás los protocolos de intervención más eficaces, incluyendo terapia cognitivo-conductual, terapias de tercera generación, biofeedback e intervención en crisis, con aplicación a trastornos específicos como pánico, TOC, TEPT o ansiedad generalizada.

Además, abordarás la intervención en poblaciones especiales —infancia, adolescencia, personas mayores y contexto perinatal—, así como el estrés ocupacional, la ansiedad en enfermedades crónicas y la nomofobia. Completarás tu perfil con competencias en trabajo interdisciplinar, prevención comunitaria y autocuidado profesional, preparándote para ofrecer una atención especializada y basada en la evidencia.



Duración: 1.500 horas



Créditos: 60 Créditos ECTS



Metodología: Online



Matriculación: Permanente

Programa Académico

- ✓ Analizar las bases neurobiológicas, neuroendocrinas y psicofisiológicas de la ansiedad y el estrés, identificando los circuitos cerebrales, sistemas de neurotransmisión y mecanismos epigenéticos implicados en la respuesta ansiosa.
- ✓ Comprender los principales modelos teóricos de la ansiedad y el estrés, diferenciando las aportaciones conductuales, cognitivas, transaccionales y transdiagnósticas que fundamentan la conceptualización clínica contemporánea.
- ✓ Clasificar los trastornos de ansiedad según los sistemas diagnósticos vigentes, describiendo su epidemiología, comorbilidad y expresión clínica diferencial a lo largo del ciclo vital.
- ✓ Dominar los principios y metodologías de la evaluación clínica en ansiedad, elaborando formulaciones del caso que integren análisis funcional, factores de vulnerabilidad y seguimiento del cambio terapéutico.
- ✓ Aplicar entrevistas clínicas estructuradas y cuestionarios de autoinforme estandarizados, seleccionando los instrumentos más adecuados según el trastorno, la población y el objetivo evaluativo.
- ✓ Utilizar técnicas de evaluación psicofisiológica, neuropsicológica y biomarcadores del estrés, interpretando registros de actividad autonómica, sesgos atencionales e indicadores neuroendocrinos en el contexto clínico.
- ✓ Implementar autorregistros, observación conductual y tecnologías digitales en la evaluación de la ansiedad, incorporando herramientas de muestreo ecológico momentáneo, wearables y realidad virtual para la monitorización de síntomas.
- ✓ Identificar las manifestaciones de la ansiedad tecnológica, la nomofobia y el uso problemático de dispositivos digitales, diseñando intervenciones cognitivo-conductuales y de mindfulness adaptadas al contexto digital.
- ✓ Dominar los fundamentos, técnicas y protocolos específicos de la terapia cognitivo-conductual para los distintos trastornos de ansiedad, aplicando exposición, reestructuración cognitiva y el protocolo unificado transdiagnóstico de Barlow.



Programa Académico

- ✓ Desarrollar intervenciones basadas en terapias de tercera generación y protocolos especializados para TOC, TEPT, trauma complejo y ansiedad por enfermedad, integrando ACT, mindfulness, compasión, EMDR y exposición con prevención de respuesta.
- ✓ Aplicar técnicas de relajación, biofeedback y neurofeedback junto con estrategias de intervención en crisis y estrés agudo, implementando primeros auxilios psicológicos, estabilización emocional y prevención secundaria del TEPT.
- ✓ Conocer los principios de la psicofarmacología de la ansiedad y los modelos de trabajo interdisciplinar en salud mental, fundamentando la coordinación con psiquiatras y equipos sanitarios y la incorporación de intervenciones en estilo de vida como complemento terapéutico.
- ✓ Diseñar evaluaciones e intervenciones psicológicas adaptadas a poblaciones especiales y contextos específicos, implementando protocolos diferenciados para población infantojuvenil, geriátrica, perinatal, laboral y con enfermedades médicas crónicas.
- ✓ Desarrollar programas de prevención de la ansiedad, promoción de la resiliencia e intervención comunitaria basados en la evidencia, incorporando estrategias de salud pública, autocuidado profesional y prevención del desgaste en profesionales de la salud mental.



Programa Académico

- ✓ Fundamenta las bases neurobiológicas y psicofisiológicas de la ansiedad y el estrés, identificando las estructuras cerebrales, los sistemas de neurotransmisión, el eje hipotalámico-hipofisario-adrenal y los mecanismos de neuroplasticidad y epigenética implicados en la respuesta ansiosa.
- ✓ Analiza los principales modelos teóricos de la ansiedad y el estrés —conductuales, cognitivos, transaccionales e integradores— diferenciando sus postulados, alcance explicativo y aplicabilidad clínica desde una perspectiva contemporánea.
- ✓ Clasifica los trastornos de ansiedad según los sistemas diagnósticos vigentes (DSM-5-TR y CIE-11), describe su caracterización clínica, epidemiología y patrones de comorbilidad, y distingue las implicaciones del debate categorial frente al dimensional.
- ✓ Describe la expresión diferencial de la ansiedad y el estrés a lo largo del ciclo vital, identificando los factores de riesgo, protección y cronificación específicos de la infancia, la adolescencia, la edad adulta y el envejecimiento.
- ✓ Define los principios, enfoques y fases de la evaluación psicológica en ansiedad, dominando la formulación del caso clínico mediante análisis funcional y la evaluación del cambio terapéutico con criterios de significación clínica.
- ✓ Aplica entrevistas clínicas estructuradas y semiestructuradas para la evaluación diagnóstica de los trastornos de ansiedad, demostrando las habilidades del entrevistador necesarias para la exploración relacional, diagnóstica y de formulación.
- ✓ Identifica, selecciona y administra los principales instrumentos de autoinforme —cuestionarios y escalas— para la medida general y específica de la ansiedad, el estrés, la vulnerabilidad y los constructos transdiagnósticos, interpretando sus resultados con rigor clínico.
- ✓ Diferencia las técnicas de evaluación psicofisiológica y neuropsicológica aplicables a los trastornos de ansiedad, describiendo sus indicaciones clínicas, los registros de actividad autonómica, los marcadores biológicos y el impacto cognitivo del estrés crónico.
- ✓ Diseña autorregistros clínicos y estrategias de observación conductual sistemática, e identifica las tecnologías digitales emergentes —evaluación ecológica momentánea, wearables, realidad virtual e inteligencia artificial— aplicables al seguimiento y evaluación de la ansiedad.



Programa Académico

- ✓ Analiza los fenómenos de ansiedad tecnológica, nomofobia y adicción digital, identificando los mecanismos psicológicos subyacentes, los instrumentos de evaluación específicos y las estrategias de intervención adecuadas para las problemáticas derivadas del uso disfuncional de las tecnologías.
- ✓ Domina los fundamentos teóricos y las técnicas principales de la terapia cognitivo-conductual aplicada a la ansiedad —exposición, reestructuración cognitiva, experimentos conductuales y entrenamiento en habilidades de afrontamiento—, planificando el tratamiento con orientación a la prevención de recaídas.
- ✓ Aplica los protocolos específicos de TCC para el trastorno de pánico, la agorafobia, el trastorno de ansiedad generalizada, el trastorno de ansiedad social, las fobias específicas y el protocolo unificado transdiagnóstico de Barlow, adaptando la intervención al perfil clínico del paciente.
- ✓ Fundamenta los principios y técnicas de las terapias de tercera generación —ACT, mindfulness y terapia centrada en la compasión—, diferenciando sus mecanismos de acción, su evidencia empírica y sus criterios de complementariedad con la TCC en el abordaje de la ansiedad.
- ✓ Implementa protocolos especializados de tratamiento para el TOC, el TEPT, el trauma complejo, la ansiedad por enfermedad, las fobias situacionales complejas y la ansiedad evaluativa, justificando la selección de las técnicas en función de las particularidades de cada cuadro clínico.
- ✓ Describe y aplica las intervenciones psicofisiológicas —relajación muscular progresiva, entrenamiento autógeno, técnicas respiratorias, biofeedback y neurofeedback— como componentes del plan de tratamiento de la ansiedad, conociendo sus indicaciones, contraindicaciones y evidencia disponible.
- ✓ Planifica intervenciones en crisis y manejo del estrés agudo, aplicando primeros auxilios psicológicos, técnicas de estabilización emocional, intervención en crisis suicida y estrategias de prevención secundaria en contextos de emergencia, desastres y victimización.
- ✓ Conoce los principales grupos farmacológicos utilizados en el tratamiento de la ansiedad —benzodiazepinas, antidepresivos y otros ansiolíticos—, identificando sus mecanismos de acción, efectos secundarios e interacciones con la psicoterapia para facilitar la coordinación con el profesional prescriptor.
- ✓ Distingue los modelos de atención multidisciplinar, interdisciplinar y transdisciplinar en salud mental, describiendo los roles profesionales complementarios, los protocolos de comunicación interprofesional y la atención escalonada en el abordaje de la ansiedad.



Programa Académico

- ✓ Relaciona los factores de estilo de vida —ejercicio físico, sueño, alimentación, contacto con la naturaleza y apoyo social— con la regulación de la ansiedad, fundamentando el rol del psicólogo en la promoción de intervenciones complementarias basadas en la evidencia.
- ✓ Diseña planes de evaluación e intervención psicológica para la ansiedad en la infancia y la adolescencia, adaptando las técnicas cognitivo-conductuales a la etapa evolutiva e integrando el trabajo con familias, el contexto escolar y las particularidades comórbidas de esta población.
- ✓ Identifica las particularidades de la presentación, evaluación e intervención de la ansiedad en la población geriátrica, adaptando las estrategias terapéuticas al contexto del envejecimiento, las pérdidas acumulativas, la comorbilidad médica y el entorno institucional.
- ✓ Analiza los modelos teóricos del estrés ocupacional y el síndrome de burnout, aplicando estrategias de evaluación de riesgos psicosociales e intervención psicológica —individual, grupal y organizacional— para la prevención y el tratamiento de la ansiedad laboral.
- ✓ Describe la fenomenología de la ansiedad perinatal en el embarazo, el parto y el posparto, aplicando instrumentos de cribado específicos e intervenciones psicológicas adaptadas al contexto perinatal en coordinación con los profesionales obstétricos y pediátricos.
- ✓ Elabora planes de intervención psicológica para la ansiedad asociada a condiciones médicas crónicas y dolor, aplicando adaptaciones de la TCC, la ACT y el mindfulness en contextos de enfermedad cardiovascular, respiratoria, oncológica, neurológica y de dolor crónico.
- ✓ Establece los fundamentos y niveles de prevención —universal, selectiva e indicada— de los trastornos de ansiedad, identificando programas basados en la evidencia y aplicando criterios de evaluación de su eficacia, efectividad y eficiencia.
- ✓ Diseña programas de promoción del bienestar psicológico y la resiliencia fundamentados en modelos de psicología positiva y entrenamiento en fortalezas, adaptándolos a contextos educativos, laborales, comunitarios y de envejecimiento activo.
- ✓ Planifica intervenciones comunitarias y de salud pública para la reducción de la ansiedad, integrando estrategias psicosociales, salud mental digital, respuesta ante crisis colectivas y abogacía en políticas de salud mental basadas en directrices internacionales.



Programa Académico

- ✓ Sabe llevar a cabo estrategias de autocuidado profesional y prevención del desgaste en el ejercicio de la psicología clínica, identificando señales de burnout, fatiga por compasión y trauma vicario, y valorando la supervisión clínica y la cultura organizacional como factores de protección.



MÓDULO 1. FUNDAMENTOS DEL TRAUMA Y EL APEGO

- MATERIA 1.** Bases neurobiológicas y psicofisiológicas de la ansiedad y el estrés
- MATERIA 2.** Modelos teóricos de la ansiedad y el estrés: perspectivas contemporáneas
- MATERIA 3.** Clasificación diagnóstica y epidemiología de los trastornos de ansiedad
- MATERIA 4.** Ansiedad y estrés a lo largo del ciclo vital: perspectiva evolutiva

MÓDULO 2. EVALUACIÓN INTEGRAL DE LA ANSIEDAD Y EL ESTRÉS

- MATERIA 5.** Fundamentos de la evaluación psicológica en ansiedad: principios y metodologías
- MATERIA 6.** Entrevistas clínicas y diagnósticas: instrumentos estructurados
- MATERIA 7.** Instrumentos de autoinforme: cuestionarios y escalas
- MATERIA 8.** Evaluación psicofisiológica y neuropsicológica
- MATERIA 9.** Autorregistros, observación conductual y tecnologías digitales
- MATERIA 10.** Ansiedad tecnológica, adicción digital y nomofobia: desafíos del siglo XXI



MÓDULO 3. TRATAMIENTO PSICOLÓGICO DE LA ANSIEDAD Y EL ESTRÉS

MATERIA 11. Terapia cognitivo-conductual (TCC): fundamentos y técnicas principales

MATERIA 12. Protocolos específicos de TCC para diferentes trastornos de ansiedad

MATERIA 13. Terapias de tercera generación: mindfulness, ACT y terapia de compasión

MATERIA 14. Tratamiento de trastornos específicos de ansiedad: protocolos especializados

MATERIA 15. Intervenciones psicofisiológicas: biofeedback, neurofeedback y técnicas de relajación

MATERIA 16. Intervención en crisis y manejo del estrés agudo

MÓDULO 4. ENFOQUES INTEGRADOS Y CONTEXTO INTERDISCIPLINAR

MATERIA 17. Psicofarmacología para psicólogos: conocimiento informativo y coordinación

MATERIA 18. Trabajo interdisciplinar en salud mental

MATERIA 19. Intervenciones en estilo de vida: rol del psicólogo

MÓDULO 5. POBLACIONES ESPECIALES Y CONTEXTOS ESPECÍFICOS

MATERIA 20. Ansiedad en la infancia y adolescencia: evaluación e intervención

MATERIA 21. Ansiedad en población geriátrica

MATERIA 22. Estrés ocupacional, burnout y ansiedad laboral

MATERIA 23. Ansiedad perinatal: embarazo, parto y posparto

MATERIA 24. Ansiedad en condiciones médicas crónicas y dolor



MÓDULO 6. PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL

MATERIA 25. Prevención de trastornos de ansiedad: modelos y programas

MATERIA 26. Programas de promoción de bienestar y resiliencia

MATERIA 27. Intervenciones comunitarias y de salud pública

MATERIA 28. Autocuidado profesional y prevención del desgaste



Programa Académico

Si te especializas con nuestro programa formativo podrás trabajar en:

- ✓ Psicólogo clínico especialista en trastornos de ansiedad
- ✓ Terapeuta en unidades de salud mental de hospitales públicos
- ✓ Especialista en intervención cognitivo-conductual en centros privados
- ✓ Psicólogo en programas de salud ocupacional y prevención de riesgos psicosociales
- ✓ Consultor en burnout y estrés laboral para empresas
- ✓ Psicólogo perinatal en unidades de maternidad y salud reproductiva
- ✓ Psicólogo en unidades de dolor crónico y psicooncología
- ✓ Especialista en ansiedad infantojuvenil en centros educativos y clínicas
- ✓ Terapeuta en programas comunitarios de salud mental pública
- ✓ Psicólogo en equipos de emergencias y gestión de crisis
- ✓ Técnico en prevención e intervención en ansiedad en atención primaria
- ✓ Diseñador y evaluador de programas de promoción del bienestar y resiliencia



Titulación y Certificaciones



Certificado de Postgrado de Máster en formato digital. El alumno tiene la posibilidad de obtener un **certificado de calificaciones** disponible previa solicitud y pago a la **Universidad EUNEIZ**.



Descarga de certificados expedidos por Instituto Serca desde la Secretaría Virtual de nuestro Campus.



Proceso de **Matriculación**



Requisitos:

Titulación Universitaria

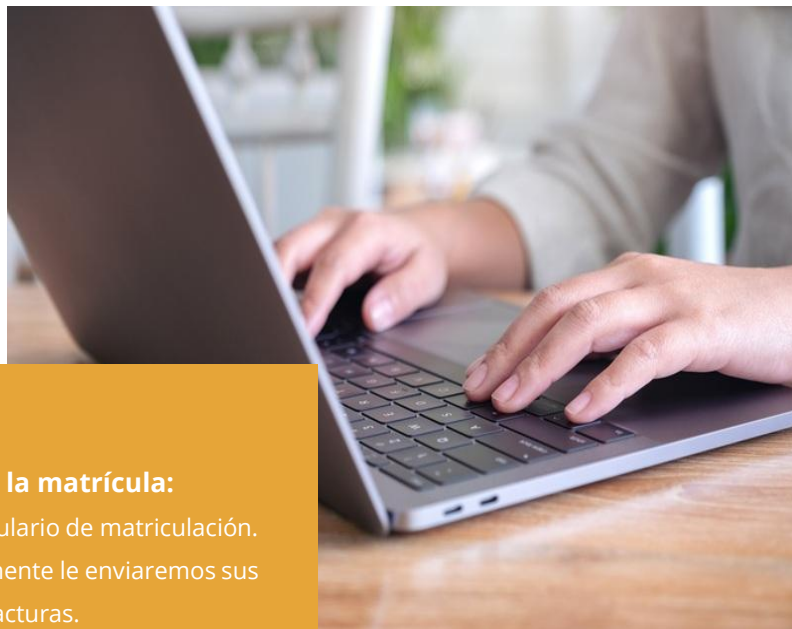
Matricúlate

Más información



Formalización de la matrícula:

- Completar y enviar el formulario de matriculación. Tras recibirlo, automáticamente le enviaremos sus claves de acceso a pagos/facturas.
- Una vez abonada la primera mensualidad o el importe completo del Programa Formativo, el alumno/a recibirá los accesos al Campus Virtual y podrá iniciar su estudio.



Métodos y facilidad de Pagos

- ✓ **Facilidad de pago:** Opciones de pago fraccionado sin intereses.
- ✓ **Seguridad:** Plataforma de pago online segura y encriptada.
- ✓ **Flexibilidad:** Varias opciones de pago como tarjeta de crédito, débito, transferencia bancaria y PayPal.
- ✓ **Descuentos:** Ofrecemos descuentos directos aplicados automáticamente al realizar la matrícula en nuestra web.
- ✓ **Simplicidad:** Proceso de pago simple e intuitivo en pocos pasos.
- ✓ **Facturación:** Descarga de facturas en el área de pagos.



¿Por qué elegir **Instituto Serca**?



Calidad en la enseñanza

Miles de alumnos/as de todo el mundo avalan nuestra **calidad** y nuestros **sistemas de enseñanza**, haciendo con Instituto Serca su especialización profesional.



Contenidos actualizados

Permanente actualización y mejora de contenidos. Instituto Serca está afiliado a las más prestigiosas instituciones de los ámbitos de **psicología, sanidad y educación**, para estar actualizados en las últimas innovaciones científicas y didácticas.



Profesionales de primer nivel

Nuestros programas formativos están diseñados por **profesionales de primer nivel** con amplia experiencia y siempre orientados al éxito profesional del alumnado.

¿Por qué elegir **Instituto Serca**?



A tu ritmo

Nos adaptamos al **ritmo de aprendizaje** de cada alumno/a. Nuestra metodología permite adaptarnos a las necesidades formativas individuales, garantizando así nuestra atención individualizada.



Tutorización

En Instituto Serca los alumnos/as disponen de un **tutor/a** a su disposición desde el momento de su matriculación, siendo prioritaria la resolución de dudas en el mínimo plazo.



Clases en vídeo

Clases en vídeo por materia para reforzar el contenido teórico. Además dispondrá de manera sistemática de un webinar de resolución de dudas.



SERCA

INSTITUTO
DE ALTOS ESTUDIOS
ESPECIALIZADOS



¿Necesita más **información**?

 www.institutoserca.com

 info@institutoserca.com

 +34 958 372 363 / 660 880 416

