

Competencias personales y profesionales del auxiliar sanitario

Ética y Valores | Ética y valores

Descripción del Curso

Este curso, Ética y Valores, ofrece un enfoque integral para el desarrollo de la toma de decisiones responsables, fundamentadas en principios éticos y valores humanos, aplicables en contextos personales, educativos y profesionales. La unidad 4, Autocuidado emocional y gestión del estrés para mantener un comportamiento profesional, se inscribe en este marco para fortalecer la capacidad de sostener una conducta profesional ante situaciones desafiantes, especialmente en ámbitos de atención y cuidado. A lo largo de la unidad, se promueven estrategias para identificar señales de agotamiento, estrés y burnout y para implementar prácticas de autocuidado que protejan la salud mental y el rendimiento. Se presentan técnicas concretas de respiración, pausas estructuradas y organización del trabajo, así como la elaboración de un plan personal de autocuidado que permita mantener la profesionalidad en escenarios de alta demanda y dilemas éticos. Además, el curso fomenta el desarrollo del pensamiento crítico, la empatía, la responsabilidad y la comunicación asertiva, con énfasis en traducir valores éticos en comportamientos observables y consistentes. Aunque se centra en el ámbito sanitario, los principios aprendidos se trasladan a otras situaciones de la vida real, promoviendo un enfoque holístico de la ética, el bienestar y la seguridad de las personas a las que se sirve. En conjunto, el curso busca que los estudiantes internalicen hábitos de autocuidado y gestión emocional como fundamentos para un desempeño profesional sostenible, respetuoso y confiable, capaz de responder de manera ética ante conflictos, presiones y decisiones difíciles.

Competencias

- Comprender y aplicar principios éticos y valores en situaciones reales, con enfoque en el cuidado y la dignidad humana.
- Desarrollar habilidades de pensamiento crítico, reflexión ética y toma de decisiones responsables ante dilemas profesionales.
- Gestionar emociones y regular el estrés para mantener un comportamiento profesional en entornos de alta demanda.
- Desarrollar y ejecutar un plan personal de autocuidado emocional para sostener la salud mental y el rendimiento académico y profesional.
- Comunicar de forma asertiva, empática y colaborativa ante conflictos, manteniendo la confidencialidad y la profesionalidad.
- Aplicar estrategias de autocuidado y gestión del estrés a situaciones de la vida real, transfiriendo estos aprendizajes a contextos diversos.

Requerimientos

- Lecturas obligatorias sobre ética, valores y profesionalismo en salud.
- Participación activa en discusiones, debates y actividades de reflexión.
- Elaboración de un plan personal de autocuidado emocional y presentación en formato escrito.
- Realización de ejercicios prácticos de respiración, pausas para el manejo del estrés y organización del trabajo.
- Registro de autoevaluación y diario de emociones para monitorizar progreso.
- Requisitos técnicos: acceso a la

plataforma educativa, conexión a Internet estable, dispositivos compatibles y disponibilidad de tiempo para completar tareas.

Unidades del Curso

Unidad 1: Unidad 1: Principios éticos y valores en la labor del auxiliar sanitario

Objetivos de Aprendizaje

- Reconocer y describir los principios éticos fundamentales que guían la práctica del auxiliar sanitario.
- Identificar valores clave (dignidad, autonomía, beneficencia, no maleficencia, justicia) y su aplicación en la atención diaria.
- Analizar dilemas éticos simples y proponer respuestas fundamentadas en principios éticos.

Contenidos Temáticos

1. **Tema 1:** Principios éticos fundamentales en la atención de salud. Descripción corta sobre cómo se aplican la dignidad, la autonomía y el bienestar del paciente.
2. **Tema 2:** Valores profesionales y su impacto en la calidad de la atención. Influencia de la cultura institucional y el trato respetuoso en los resultados.
3. **Tema 3:** Dilemas éticos y toma de decisiones. Herramientas básicas para resolver conflictos entre deberes y derechos del paciente.

Actividades

- **Actividad 1 - Debate guiado sobre dilemas éticos**

Se presentan casos breves y se discute en equipos la acción más adecuada desde los principios éticos; se analizan consecuencias y se justifican las respuestas.

- **Actividad 2 - Análisis de casos y role-play**

En parejas, se escenifican situaciones donde se deben aplicar valores y principios, seguido de retroalimentación.

- **Actividad 3 - Reflexión ética escrita**

Redacción de un ensayo corto sobre un dilema ético observado o propuesto, indicando principios involucrados y la decisión tomada.

Evaluación

- Rúbrica de razonamiento ético en dilemas (40%).
- Participación y desempeño en debates y role-plays (30%).
- Reflexión escrita sobre dilemas éticos (30%).

Unidad 2: Unidad 2: Aplicación de códigos de conducta, confidencialidad y derechos del paciente

Objetivos de Aprendizaje

- Identificar los principales códigos de conducta profesional aplicables al auxiliar sanitario.
- Explicar las normas de confidencialidad y protección de datos y cómo se cumplen en la práctica clínica.
- Reconocer y respetar los derechos de los pacientes, incluyendo consentimiento informado y autonomía.

Contenidos Temáticos

1. **Tema 1:** Códigos de conducta y ética profesional. Descripción de normas y ejemplos de buenas prácticas.
2. **Tema 2:** Confidencialidad y manejo de la información de pacientes. Descripción de políticas de privacidad y seguridad.
3. **Tema 3:** Derechos del paciente y consentimiento informado. Descripción de derechos, autonomía y consentimiento.

Actividades

- **Actividad 1 - Taller de códigos de conducta**

Revisión de casos con base en códigos de conducta; discusión de respuestas apropiadas y responsabilidades profesionales.

- **Actividad 2 - Simulación de consentimiento informado**

Escena en la que se explica un procedimiento al paciente y se obtiene consentimiento, con verificación de comprensión.

- **Actividad 3 - Juego de roles sobre confidencialidad**

Situaciones donde se debe decidir qué información compartir y con quién, respetando la privacidad.

Evaluación

- Observación de capacidad para aplicar códigos de conducta en situaciones simuladas (40%).
- Evaluación de manejo de confidencialidad y datos (30%).
- Práctica de obtención de consentimiento informado (30%).

Unidad 3: Unidad 3: Habilidades de comunicación asertiva, empática y respetuosa

Objetivos de Aprendizaje

- Aplicar técnicas de escucha activa y lenguaje no verbal para comprender las necesidades del paciente y su familia.
- Practicar la comunicación asertiva para expresar información y pedir consentimiento de forma clara y respetuosa.
- Garantizar la confidencialidad durante la interacción y respetar el consentimiento informado en todas las interacciones.

Contenidos Temáticos

1. **Tema 1:** Comunicación asertiva y escucha activa. Descripción de técnicas para entender y responder de forma efectiva.
2. **Tema 2:** Empatía y relación con pacientes y familias. Prácticas para establecer confianza y apoyo emocional.
3. **Tema 3:** Confidencialidad en la comunicación y consentimiento informado. Cómo manejar información sensible de forma adecuada.

Actividades

- **Actividad 1 - Simulación de entrevista con paciente**

Conducción de una entrevista clínica centrada en las necesidades del paciente, con feedback de pares y docente.

- **Actividad 2 - Role-playing de manejo de situaciones difíciles**

Representar conversaciones con familiares ante escenas de conflicto y tensión; practicar estrategias de comunicación.

- **Actividad 3 - Taller de consentimiento informado**

Explicación clara de un procedimiento y verificación de comprensión, registro del consentimiento.

Evaluación

- Evaluación de habilidades de escucha activa y respuesta adecuada (30%).
- Rúbrica de comunicación empática y asertiva en interacciones simuladas (40%).
- Observación del manejo de confidencialidad y consentimiento informado (30%).

Unidad 4: Unidad 4: Autocuidado emocional y gestión del estrés para mantener un comportamiento profesional

Objetivos de Aprendizaje

- Identificar señales de agotamiento, estrés y burnout y su impacto en la atención.
- Aplicar técnicas de autocuidado y gestión del estrés (respiración, pausas, organización del trabajo) para mantener la salud emocional y el rendimiento.
- Desarrollar un plan personal de autocuidado y estrategias para mantener la profesionalidad en situaciones desafiantes.

Contenidos Temáticos

1. **Tema 1:** Autocuidado emocional y bienestar. Descripción de prácticas para mantener la salud emocional.
2. **Tema 2:** Gestión del estrés y afrontamiento en el trabajo. Técnicas de análisis de estrés y estrategias de afrontamiento.

3. **Tema 3:** Resiliencia y límites profesionales. Cómo establecer límites y mantener el rendimiento sin comprometer la ética.

Actividades

- **Actividad 1 - Diario de emociones y reflexiones**

Registro diario de emociones, identificar detonantes y plan de afrontamiento.

- **Actividad 2 - Taller de manejo del estrés**

Ejercicios de respiración, relajación y organización del tiempo; simulación de cargas de trabajo y priorización.

- **Actividad 3 - Elaboración de un plan personal de autocuidado**

Creación de un plan de autocuidado con metas, indicadores y revisión periódica.

Evaluación

- Monitoreo de prácticas de autocuidado y reflexión (40%).
- Evaluación de estrategias de gestión del estrés en simulaciones (30%).
- Presentación del plan personal de autocuidado (30%).