

# Programa de entrenamiento para la Prevención del burnout y guía de apoyo para la formación de formadores

Burnout Education, Normativa y Herramientas Digitales para las Universidades Europeas  
KA2: Cooperación para la innovación y el intercambio de buenas prácticas  
KA203: Asociación estratégica para la enseñanza superior  
Referencia del proyecto: 2020-I-RO01-KA203-080261  
Inicio: 1.12.2020 Fin: 31.05.2023

## *Nueva producción intelectual*

Nos complace anunciar oficialmente el lanzamiento del tercer producto intelectual del proyecto BENDiT-UE, el *programa de entrenamiento en Burnout para estudiantes y una guía de recursos de formación de formadores para el personal de apoyo*. El objetivo de este producto es proporcionar a los formadores, al personal de apoyo y al personal académico o administrativo las habilidades, las herramientas esenciales y la información para llevar a cabo actividades de formación sobre el síndrome de Burnout, así como métodos para prevenir o gestionar el burnout.

Este útil plan de estudios y guía de formación de formadores es totalmente gratuito y está disponible en inglés, búlgaro, griego, rumano, español y portugués. Este resultado intelectual se ha creado a partir de la experiencia de nuestros socios de 6 países europeos:

- Universidad de Medicina y Farmacia "Carol Davila", Bucarest, Rumanía;
- Instituto Nacional de Gestión de Servicios Sanitarios, Bucarest, Rumanía;
- Universidad de Nicosia, Chipre;
- Universidad de Trakia, Bulgaria;
- Universidad de Murcia, España;
- Universidad de Lusofona, Portugal;
- Viteco, Italia.

## *¿Cómo se desarrolló el programa de entrenamiento BENDiT-UE?*

Los socios siguieron un proceso en dos fases para desarrollar y perfeccionar el plan de estudios BENDiT-UE. En primer lugar, los socios se reunieron personalmente en Murcia, en julio de 2022, para revisar un primer borrador



¡Bienvenidos! Benvenuti! Bine ați venit! Добре дошли! Καλώς ήρθατε! Bem-vindos!



completo del plan de estudios. Cada socio presentó su tema asignado y recibió comentarios para mejorar el contenido y la impartición de la sesión. En consecuencia, se llevaron a cabo revisiones y se evaluó un borrador revisado con grupos de estudiantes de Rumanía, Chipre, Bulgaria, España y Portugal en noviembre de 2022, en Oporto, Portugal. De acuerdo con los comentarios recibidos, se realizaron cambios adicionales en los materiales del plan de estudios antes de su adopción final.



### *¿Qué incluye el programa de entrenamiento?*

**El programa de entrenamiento para la Prevención del Burnout se divide en dos módulos:**

- *El Módulo 1* está diseñado para proporcionar una visión teórica del burnout académico, sus principales características y los métodos para evaluarlos e identificar los factores de riesgo en una fase temprana. El Módulo 1 se introduce a lo largo de tres días de formación entre los estudiantes y el personal de apoyo académico.
- *El Módulo 2* está diseñado para dar ideas prácticas sobre cómo gestionar el burnout académico y explorar los recursos individuales y de la organización para buscar servicios de apoyo. El Módulo 2 se introduce a lo largo de dos días de formación entre los estudiantes y el personal de apoyo académico.

Cada módulo consta de una guía de uso, presentaciones en PowerPoint y hojas de trabajo para que los estudiantes participen en actividades interactivas relacionadas con el plan de estudios.

### *¿Qué incluye la guía de recursos para la formación de formadores?*

Además del plan de estudios, se creó la **guía de recursos Train-the-trainer** para proporcionar apoyo a los formadores y al personal de apoyo pertinente con competencias y recursos que les permitan formar eficazmente a los estudiantes universitarios en la prevención e intervención en el burnout. Con este fin, la presente guía de recursos sirve de complemento al plan de estudios BENDiT-EU para estudiantes.

La guía de recursos Train-the-Trainer incluye información importante que puede utilizarse para la preparación, impartición y seguimiento de la formación sobre burnout. Además, proporciona sugerencias y consejos didácticos a profesores, personal, especialistas en asesoramiento, a la hora de

¡Bienvenidos! Benvenuti! Bine ați venit! Добре дошли! Καλώς ήρθατε! Bem-vindos!



formar a estudiantes universitarios sobre la prevención y las intervenciones relacionadas con el burnout. La guía de recursos está estructurada con información sobre a) cómo preparar la formación, b) información adicional para la realización de la formación, junto con el seguimiento de la formación y recursos adicionales.

**Puede acceder programa de entrenamiento para la Prevención del Burnout y a la guía de formación de formadores [aquí](#).**

### *Resultados intelectuales que seguirán*

El resultado intelectual final de BENDiT-UE es un conjunto de herramientas políticas, que incluye una serie de recomendaciones para abordar el agotamiento académico a nivel universitario, junto con una metodología para la adaptación de estas recomendaciones.

### *¿Todavía no tiene suficiente información?*

Consulte nuestro sitio web para obtener más información sobre el proyecto:

[www.bendit-eu.eu](http://www.bendit-eu.eu)

*Descargo de responsabilidad:* El apoyo de la Comisión Europea a la producción de esta publicación no constituye una aprobación de su contenido, que refleja únicamente las opiniones de los autores. La Comisión o la Agencia Nacional no se hacen responsables del uso que pueda hacerse de la información aquí difundida.

