0.0

Comentarios (0)

JOSE MARIA AGUIRRE FDEZ. DE ARROYABE

Cerdañola, España
Conferencista | Coach | Docente

País de residencia: España
Nacionalidad: España
Idiomas: Español

Áreas de conocimiento

AFRONTAR EL ESTRES LABORAL, EL ESTRES EN LA EMPRESA : afrontamiento individual y colectivo, DEJAR DE FUMAR, EL PESO CORPORAL COMO SALUD, TECNICAS DE RELAJACION, ALIMENTACION ALCALINA, ANSIEDAD, TRASTORNOS PSICOSOMATICOS.

Descripción del perfil

Soy medico especialista en medicina del trabajo, con más de 30 años de profesión y experiencia, con un master superior en prevencion de riesgos laborales y otro master en valoración del daño corporal, como perito médico. Me interesa el mundo de la psicosociología aplicada al ámbito laboral y en concreto al modo de afrontar el estrés laboral en las empresas y en los grupos de trabajo, con ánimo de una mejora en sus vidas tanto personal como profesional. Creo que el mundo del trabajo está en permanente expansión y novedoso, y por eso es importante actualizar conocimientos en todas las profesiones. El futuro del trabajo está en la supervisión de los factores somáticos, psíquicos y sociales que tenga el trabajador-a intentando que con la formacion permanente consiga un estado óptimo de autonomia, perseverancia, en la acción, espíritu emprendedor, solidaridad, y entrega, y especialmente sea feliz en su trabajo de forma saludable para él mismo y para los demás, y eso se puede conseguir con la formación adecuada y honesta.

Conferencias, Cursos o Talleres

AFRONTAMIENTO DEL ESTRES LABORAL Y LAS TECNICAS DE RELAJACION

De 2 Horas a 4 Horas

SE TRATA DE IMPARTIR UNA ACTIVIDAD DOCENTE A UN GRUPO DE TRABAJO SOMETIDO A ESTRES LABORAL, Ó QUE PADEZCAN CARACTERISTICAS DE "BURN OUT" Ó "MOBBING" EN SU TRABAJO, CON ANIMO DE CONSEGUIR UNA MEJORA EN SU AUTOESTIMA, Y POR LOTANTO UN AMEJORAMIENTO EN SU STATUS ACTUAL, CONCIENCIANDO EL PROBLEMA Y BUSCANDO LAS ACTIVIDADS MAS IDONEAS, MEDICAS Y PSICOLOGICAS , QUE LES AYUDEN A SUPERAR SU PROBLEMA, ESPECIALMENTE SI ADEMAS HAY DROGODEPENDENCIAS COMO EL TABACO Y EL ALCOHOL, O TRASTORNOS DEL SUEÑO, EN

SU DIA A DIA.

DEJAR EL TABACO Y/O EL ALCOHOL

De 2 Horas a 4 Horas

TRATO DE CONSEGUR UN GRUPO SENSIBILIZADO AL HABITO INSALUDABLE DEL TABACO QUE CONFIGURAN SUS VIDAS, Y MEDIANTE UNAS TECNICAS MEDICAS Y PSICOLOGICAS, INFUNDIR UNAS

HERRAMIENTAS BASICAS QUE PUEDEN UTILIZAR EN SU VIDA ORDINARIA Y DE FORMA PRACTICA, PARA SUPERAR DEFINITIVAMENTE EL/LOS PROBLEMA-S ASOCIADOS A ESTE HABITO PERNICIOSO.

EMPRESA SALUDABLE

Sin especificar

ES UN CURSO DEDICADO A AQUELLAS EMPRESAS QUE DESEEN FORMAR PARTE DE UN GRUPO REDUCIDO DE EMPRESAS QUE DESEAN APORTAR A LA SOCIEDAD EL BIEN QUE DE ELLAS HAN RECIBIDO, SOLIDARIZANDOSE CON LOS EFECTOS DEL CAMBIO DE CLIMA, Y PARA ELLO NECESITAN TRABAJADORES SANOS, FORMADOS EN ELLO ESPECIFICAMENTE, Y CON ESPIRITU DE SUPERACION

,"ENGAGEMENT" Y AFRONTAMIENTO. QUE INUNDEN SUS VIDAS Y LAS DE LOS DEMAS EN SOCIEDAD.

AFRONTAR EL ESTRES LABORAL, DESDE LO INDIVIDUAL A LO COLECTIVO

De 1 Hora a 2 Horas

SE TRATA DE EXPONER LA METODOLOGIA QUE AYUDE AL INDIVIDUO A AFRONTAR SUS MANIFESTACION DEL ESTRES LABORAL CON LOS CONOCIMIENTOS QUE HOY TENEMOS, EN MEDICINA DEL TRABAJO, Y POR ENDE EN PSICOSOCIOLOGIA APLICADA, COMO LAS TECNICAS DE RELAJACION, EL AUTOCUIDADO, EL SELF TALK POSITIVO, Y LA ALIMENTACION SALUDABLE, EN ESPECIAL LA DITA

ALCALINO TERREA. EL MARCO NO ES TANTO TEORICO SINO PRACTICO. ESE ES MI PROPOSITO. PODRIA HACERLO DE FORMA ALTRUISTA SI DESEAN. ATENTAMENTE.

Experiencias

MEDICO ESPECIALISTA EN MEDICINA DEL TRABAJO, Y EN ALGUN CASO COORDINADOR DE VIGILANCIA DE LA SALUD

HOSPITAL MUTUA EGARSAT Y SERVICIO DE PREVENCION, DE AMBITO ESTATAL., PERO RADICADA EN BARCELONA PRINCIPALMENTE

1988 - 2019

INSPECTOR MEDICO EN EL INSTUTI NACIONAL DE LA SALUD EN ESPÑA

INSALUD MINISTERIO DE SANIDAD

1986 - 1986

Estudios

MASTER SUPERIOR EN PREVENCION DE RIESGOS LABORALES (ERGONOMIA Y PSICOSOCIOLOGIA APLICADA, E HIGIENE LABORAL)

CENTRO DE ESTUDIOS DE POSTGRADO LES HEURES, DE BARCELONA

2009

MASTER SUPERIOR EN VALORACION DEL DAÑO CORPORAL PERITO MEDICO 3 AÑOS

UNIVERSIDAD CENTRAL DE BARCELONA

2000

MEDICO ESPECIALISTA EN MEDICINA DEL TRABAJO

UNIVERIDAD CENTRAL DE BARCELONA

1988

GRADUADO SOCIAL

ESCUELA SOCIAL DE BARCELONA

1981

Libros

LA EVALUACION DE LA INCAPACIDAD LABORAL : ASPECTOS MEDICO SOCIALES (Premio Nacional 1997 de la Asociación española de médicos especialistas en medicina del trabajo)

Artículos

ME PUEDEN ENCONTRAR EN LAS REDES SOCIALES DE LINKEDIN, TWITTER Y FACEBOOK. NO TENGO OTRAS.

COLABORO A MENUDO DESDE HACE MUCHOS AÑOS ATRAS EN ESTAS REDES SOCIALES APORTANDO MI EXPERIENCIA EN SALUD LABORAL, Y TRATO QUE MI OPINION PUEDA SERVIR A LOS DEMAS, SIN NADA A CAMBIO.

HE PUBLICADO NUMEROSOS ARTICULOS EN SALUD LABORAL Y BIOETICA LABORAL

HE PARTICIPADO EN NUMEROSOS GRUPOS, SEMINARIOS Y CONGRESOS EN TEMAS AFINES A LOS SEÑALADOS ARRIBA. CREO EN EL DERECHO AL TRABAJO DIGNO COMO SEGUNDO DERECHO MAS IMPORTANTE DESPUES DEL DE LA VIDA Y LO DEFIENDO ASI SIEMPRE, DESDE LA VISION BIOETICA.

Perfil en Mentes a la Carta

https://mentesalacarta.com/conferencistas-capacitadores-coaches/jose-maria-aguirre