

EIR 2019 - 2020

PLAN EIR



CURSO EIR

2019/2020



¡Gracias por tu interés en nuestro curso de preparación para el EIR!

Nuestra misión es ayudarte en este camino, en el que esperamos que consigas tu objetivo. No olvides que para lograrlo lo más importante eres TÚ: tu motivación y tu esfuerzo son la clave.

La metodología del curso se basa en clases presenciales semanales, distribuidas en tres vueltas de estudio:

- Primera vuelta presencial de marzo a septiembre.
- Segunda vuelta presencial de septiembre a enero.
- Tercera vuelta online con el acompañamiento a través de nuestras herramientas web y tu tutor hasta la celebración del examen.

El curso comienza en abril 2019 y finaliza tras tu examen, en febrero de 2020, ya que seguimos a tu lado para lo que nos necesites en esos momentos posteriores.

SEDE Y HORARIO

Tendremos clases presenciales en el **hotel EXE OVIEDO**, desde el 4-5 de Abril de 2019 hasta Enero de 2020.

Las clases serán los **JUEVES** en horario de **TARDE** (16-21 h) o los **VIERNES** en horario de **MAÑANA** (9-14 h) para que elijas uno e incluso puedas cambiar de horario cada semana según te interese.***
Condicionado a la matriculación de 40 alumnos para poder hacer los dos grupos.



Durante el curso te informaremos con tiempo de los posibles cambios en caso de coincidir las clases en festivos, así como los días en los que tendremos alguna clase extra por motivos docentes: algunas asignaturas precisan dos días de clase para explicar de manera clara todos los conceptos y que puedas sumar esas netas en tu examen.

Además realizaremos cuatro simulacros presenciales durante el curso, en un día "extra" diferente al de las clases, por lo que esas semanas tendrás que acudir dos días. También te avisaremos con antelación de las fechas de los simulacros.

¡Y nos adaptamos a tu ritmo! Podrás acudir a otra sede o en otro horario en cualquier ciudad de España, siempre que exista disponibilidad de plazas en el grupo que solicites. Tenemos una aplicación web que te permite gestionar tus propios cambios en el aula virtual, consultando la disponibilidad de plazas en tiempo real.

ENTREGA DE MATERIAL

El temario se entrega en forma de manuales con una semana de antelación para que trabajes los contenidos antes de acudir a la clase. Te rogamos que acudas unos 10 minutos antes del inicio, para que podamos entregarte el material y comenzar puntuales.

El curso está organizado en 28 temas. Por cada tema tendrás un manual de estudio. Nuestros manuales incluyen orientaciones de estudio iniciales para indicarte los puntos importantes de estudio. Además, tendrás la estadística de preguntas que han aparecido en los exámenes EIR para que puedas saber la importancia relativa de cada tema.

Para facilitarte el estudio y la gestión de tu tiempo, al final de cada capítulo de cada manual tendrás el desglose de las preguntas EIR de los 3 últimos años, el "trending test" de los puntos más preguntados históricamente y el resumen, por si vas mal de tiempo y necesitas enfocarte en lo más esencial.

planeir TEMA 28

Conducta social

- Conducta irresponsable, impulsividad, consumo de drogas, conductas de riesgo.
- Gasto excesivo en objetos innecesarios.
- Pruritos sexuales. Aumento de la libido.
- Vestimenta y maquillaje extravagantes.
- Conducta impulsiva y tendencia a quejarse.
- Bajo rendimiento laboral.
- Celos de las relaciones sociales.

Sueño y biorritmos

- Influencia estacional en otoño e invierno predomina los episodios depresivos. En verano se más frecuente la manía o hipomanía.
- Insomnio. La necesidad de sueño se reduce a 3 ó 4 horas por noche, no simultánea con el día.

1.5 Tratamiento

El tratamiento farmacológico en la prevención de los recidivos del trastorno bipolar es el carbamazepil.

Se trata de un estabilizador del estado de ánimo (estabilizante) con un margen terapéutico estrecho, que exige determinación puntual de niveles plasmáticos para evitar la intoxicación. Los niveles por encima de 1,6 mg/L se consideran tóxicos.

Los signos de intoxicación incluyen manifestaciones neurológicas (temblores, coreoformia), alteraciones en el electroencefalograma y alteraciones digestivas.

Las situaciones que producen hipomanía, hipomanía y episodios depresivos aumentan el riesgo de toxicidad. El personal de enfermería debe ayudar al paciente a identificar estas situaciones e iniciar en la importancia de mantener la hidratación y realizar una dieta hipocalórica. En caso de aumento o disminución del sudor en la dieta habrá que ajustar la dosis de fármaco.

TRATAMIENTO CON LITO

- Control de niveles plasmáticos:
 - Uremia periódica.
- Control de los síntomas de intoxicación.
- Prevención de la intoxicación:
 - Vigilar balance hídrico.
 - Vigilar balance sodio - litio.

Otros síntomas asociados con los sedantes y los antidepresivos. En los episodios rápidos los antidepresivos pueden estar contraindicados.

En los fases depresivas que no responden al tratamiento podrá ser necesaria la utilización de la terapia electroconvulsiva.

El tratamiento psicoterapéutico ha de ser simultáneo al tratamiento farmacológico. Debe utilizarse la terapia cognitivo-conductual.

Es fundamental incluir a la familia como parte importante de la terapia, debido a las repercusiones de la enfermedad.

1.6 Cuidados de Enfermería

Además de fomentar el cumplimiento del tratamiento farmacológico y vigilar los síntomas de intoxicación, destacan los cuidados enfocados a la seguridad del paciente y atención a las necesidades básicas.

2. TRASTORNO CICLOTÍMICO

Para el diagnóstico, el DSM-5 requiere la presencia de episodios hipomaníacos (que no cumplen criterios de episodio hipomaníaco) y síntomas depresivos (que no cumplen criterios de depresión mayor), durante al menos 2 años (1 en niños y adolescentes).

Los síntomas no están presentes más de 2 meses consecutivos.



planeir ENFERMERÍA EN SALUD MENTAL

DESGLOSE

EIR 2019. Un episodio hipomaníaco se caracteriza por:

1. Un período de estado de ánimo anormal y persistentemente elevado, expandido o irritado, con aumento de la actividad o la energía, que dure como mínimo una semana y esté presente la mayor parte del día, casi todos los días.
2. Un período de estado de ánimo anormal y persistentemente elevado, expandido o irritado, con aumento de la actividad o la energía, que dure como mínimo cuatro días consecutivos y esté presente la mayor parte del día, casi todos los días.
3. Un período, de dos años como máximo, durante el cual han existido numerosos períodos con síntomas de ánimo elevado, con numerosos períodos con síntomas de ánimo deprimido y han estado presentes la mayor parte del día, casi todos los días.
4. Un período de estado de ánimo deprimido la mayor parte del día, casi todos los días, con disminución importante del interés o el placer por todas o casi todas las actividades durante la mayor parte del día, casi todos los días.

RC 2

#TRENDRING TEST

- Trastorno bipolar: alternancia entre los dos polos afectivos, con períodos de euforia.
- Episodio maníaco: una semana. Episodio hipomaníaco: cuatro días consecutivos.
- Los episodios depresivos son más duraderos.
- Ansiedad patológica, manía, euforia, megamela, grandiosidad, teatralidad, fuga de ideas.
- Tratamiento: litio. Vigilar función, hipotensión y situaciones de hipotermia.

RESUMEN

TRASTORNO BIPOLAR

- Alternancia entre los dos polos opuestos de la afectividad, con períodos de euforia.
- El episodio maníaco dura al menos una semana, con síntomas la mayor parte del día, casi todos los días.
- El episodio hipomaníaco dura como mínimo cuatro días consecutivos, con síntomas la mayor parte del día, casi todos los días.
- Trastorno bipolar: episodios maníacos.
- Tratamiento bipolar: episodios hipomaníacos.
- Pico de presentación: jóvenes entre 15 - 25 años, igual en hombres (más episodios maníacos) y mujeres (más depresivos).
- Etiología: alta vulnerabilidad genética. Factores precipitantes: drogas, parto.
- Sintomatología: episodios depresivos (más duraderos) y episodios maníacos. Ansiedad patológica, autismo megalomela, euforia, grandiosidad, escape del problema, teatralidad, euforia, fuga de ideas, grandiosidad, megamela, grandiosidad, teatralidad, fuga de ideas.
- Tratamiento: litio. Vigilar función. La deshidratación, hipotensión e hipotermia producen a la intoxicación. Los síntomas incluyen efectividad neurológica, alteraciones en el electroencefalograma, alteraciones digestivas.
- Cuidados de Enfermería: adherencia al tratamiento farmacológico, atención a la seguridad y las necesidades básicas (sueño, alimentación).

TRASTORNO CICLOTÍMICO

- Síntomas hipomaníacos y síntomas depresivos durante al menos dos años. Los síntomas no están presentes más de 2 meses consecutivos.

En el aula virtual tendrás dos baterías de test por cada temario (1ª y 2ª vuelta), para que optimices tu estudio y te entrenes de cara al examen. Estas preguntas están comentadas, para que puedas comprobar si has acertado tu respuesta y en caso de error poder aprender de ello en ese mismo momento. Es el método más eficaz para que el aprendizaje sea estable y permanente; el día del examen ya no tendrás dudas en los conceptos fallados, ya que los has corregido inmediatamente.

The screenshot shows the 'planeir' website interface. At the top, there are navigation links: 'Semana', 'Foros', 'Tests y Simulacros', 'Cambio de turno', and 'Documentación'. A 'Salir' button with a red arrow is on the right. The main content area displays 'Pregunta 6 de 100'. The question text is: 'Si una persona de 25 años obtiene en un test psicológico un resultado respecto a su edad mental de 30 años, podemos afirmar que su CI es:'. Below the question, there are four multiple-choice options: '1. CI = 83.', '2. CI = 90.', '3. CI = 100.', and '4. CI = 120.'. Option 4 is selected with a blue checkmark. A yellow box contains the solution: 'Espero que no hayáis sacado la calculadora. La edad mental es superior a la cronológica, por lo que el resultado tiene que ser mayor de 100. Recordad que en la fórmula, se divide la edad mental entre la edad cronológica. No al revés!! Que os saldría 83 y sería un cálculo incorrecto.' A red button labeled 'SIGUIENTE PREGUNTA' is at the bottom right of the question area. On the right side, there is a 'Preguntas' grid showing 100 questions in a 10x10 layout. Question 06 is highlighted in blue, indicating it is the current question. A legend below the grid defines the colors: green for 'Pregunta acertada', red for 'Pregunta fallada', grey for 'Pregunta sin contestar', yellow for 'Pregunta anulada', and blue for 'Pregunta seleccionada'.

A partir de septiembre tendrás acceso en el aula virtual a los desgloses de todas las preguntas de exámenes EIR anteriores, comentadas por asignaturas o por años en el aula virtual.

Tendrás a tu disposición material adicional en el aula virtual, que te ayudará en el estudio y sobre todo, que te hará mantener el ritmo y la motivación necesaria en este proyecto que inicias para lograr tu plaza de residente. ¡Podrás hacer más de 10.000 preguntas de test online y analizar estadísticamente tus resultados!

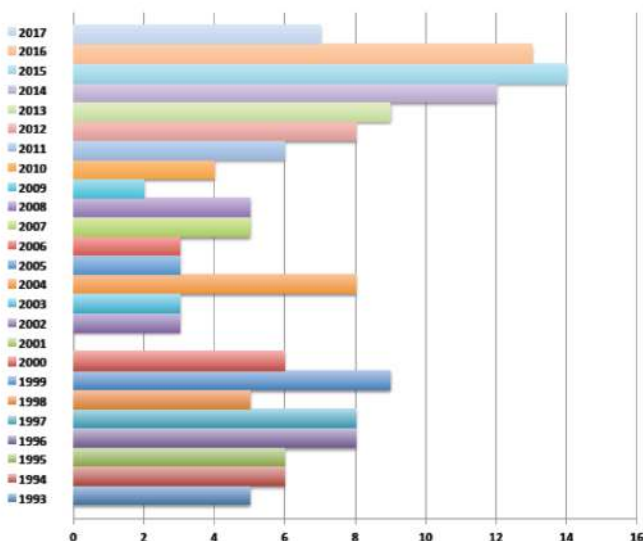
PLANIFICACIÓN DEL CURSO

La distribución de las clases se realiza en función de la dificultad de las materias y del número de preguntas que han salido en los exámenes EIR desde el año 1993.

TOTAL DE PREGUNTAS	• 158
POSICIÓN	• 9/28

Estas clases irán enfocadas a los aspectos más importantes, ya que hay que optimizar el tiempo de estudio hasta el examen, y se trabajará intensivamente la técnica de test, tanto en las clases como en los simulacros presenciales y no presenciales.

Tendremos un total de 24 clases presenciales y 2 simulacros presenciales en primera vuelta, más 18 clases y otros 2 simulacros presenciales en la segunda vuelta.



Además de los simulacros presenciales, a lo largo del curso te entregaremos 10 simulacros más, para simular de la manera más parecida al EIR y que el día del examen sea solamente un simulacro más. En total harás 14 simulacros: 3.290 preguntas!!

Los simulacros se entregan en papel y se corrigen a través de nuestra plataforma, para que puedas ver las estadísticas de tus resultados y preguntar tus dudas.



A través del aula virtual estarás en contacto con tu tutor, que cada semana te irá recomendando cómo enfrentarte a la asignatura que te corresponda estudiar, así como al momento de estudio en el que te encuentras.

The screenshot shows the PlanEir virtual classroom interface for 'Semana 1' (Week 1), running from September 3rd to 9th. The page features a navigation bar with 'Semana', 'Foros', 'Tests y Simulacros', and 'Documentación'. A header for 'Semana 1' includes a calendar icon and the dates. The main content area is divided into three sections:

- Tutor's Welcome:** A message from Yanira Navarrete, the group tutor, welcoming students to the 'PlanEir' adventure. She encourages them to embrace the challenge and use the provided tools to achieve their goals.
- Weekly Topic:** A section for 'T10. Enfermería en Salud Mental' (Mental Health in Nursing), located at Hotel Conqueridor, Camer de Cervantes, 9, 46007 Valencia, on Wednesday, 05/09/2018 at 16:30 h. It features a photo of a nurse and a patient, and identifies Ana Rincón as the subject professor.
- Tests Section:** A sidebar on the right titled 'Tests' showing 'Tus últimos resultados' (Your latest results) for 'Test 10' (100 questions) with a 'HACER' (Do) button and a link to 'VER TODOS LOS TESTS' (View all tests).

At the bottom right of the main content area, there is a motivational graphic with the text 'MERECE LO QUE SUEÑAS' (You deserve what you dream of) against a starry background.

The screenshot shows the 'Foros' (Forums) section of the PlanEir virtual classroom. The navigation bar includes 'Semana', 'Foros', 'Tests y Simulacros', 'Cambio de turno', 'Documentación', and 'Salir'. The 'Foros' header includes a speech bubble icon and the text 'Comparte dudas y participa' (Share doubts and participate).

The forum content is organized into a grid of topic cards, each with a representative image, a title, a subtitle, and a number of questions:

- Tema 1:** Fundamentos de enfermería (0 preguntas)
- Tema 2:** Bioquímica (25 preguntas)
- Tema 3:** Nutrición y dietética (22 preguntas)
- Tema 4:** Farmacología (16 preguntas)
- Tema 5:** Investigación en enfermería (184 preguntas)
- Tema 6:** Administración y gestión (50 preguntas)

Each card has an 'ACCEDER AL FORO' (Access forum) button. To the right, a 'Foros disponibles' (Available forums) dropdown menu lists 'Foros de los temas', 'Foros de los simulacros', and 'Foro del grupo'.

Podrás preguntar todas tus dudas en el foro del aula virtual. Está organizada por asignaturas para hacerte más fácil la búsqueda. En la pantalla inicial tendrás las respuestas a tus preguntas, para que no pierdas tiempo buscando.

PRECIO DEL CURSO

El precio total del curso es de 1.500 €. Lo hemos prorrateado en 10 meses para facilitarte el pago, independientemente del número de clases que se impartan en cada mes.

IMPORTE CURSO PREPARACIÓN EIR INTENSIVO		
MATRÍCULA	Incluye mensualidad de abril	240 €
9 MENSUALIDADES	Desde mayo hasta enero	140 €
TOTAL		1500 €

RESERVA DE PLAZA: para hacer efectiva la reserva, deberás abonar la matrícula y primera mensualidad, 200€ en total (SI ERES AFILIADO A USIPA Y TE MATRICULAS ANTES DEL 30 DE MARZO), mediante transferencia bancaria, desde cualquier banco, a la cuenta de destino:

Titular: Plan EIR Enfermería, SLU.

Entidad: Kutxabank

IBAN: ES53 2095 0505 80 9117800237

En el concepto de la transferencia debes indicar claramente nombre y apellidos del alumno (no pongas la persona que hace el pago o el titular de la cuenta si es diferente) y añadir el nombre de tu sede y el turno. EN CASO DE SER AFILIADO, DEBERÁS AÑADIRLO. Ejemplo:

- Ana García García. OVIEDO. Tarde. USIPA

MENSUALIDADES: el resto del curso se abonará mediante la domiciliación bancaria de 9 mensualidades adicionales de 140 €, desde mayo hasta enero. Podrás darte de baja a lo largo del curso y no te pasaremos el resto de mensualidades. Solo tienes que avisarnos antes del día 30 del mes anterior a tu baja.

¡No hace falta que nos envíes ningún justificante del pago de la matrícula! Nosotros contactaremos contigo unos días después para confirmarte tu inscripción. Las transferencias pueden tardar 5 días, así que no te preocupes si no te escribimos inmediatamente; podemos tardar hasta 7 días en función de los bancos. En el caso de que no recibamos la transferencia en el plazo de 5 días desde tu solicitud en la web, entenderemos que no estás interesado y adjudicaremos tu reserva a la siguiente persona interesada.

Te solicitaremos una autorización para domiciliar los recibos del resto del curso en la primera clase.

Los recibos se pasarán entre el día 3 - 5 de cada mes, siendo el primero en el mes de abril y el último en diciembre. El importe de los recibos mensuales es de 140 €.

Si solicitas darte de baja en el curso antes del 15 de marzo de 2019, se te devolverá el importe íntegro del pago realizado. Una vez pasada esa fecha, podrás darte de baja en el momento que quieras y no te pasaremos más recibos, pero a partir de esa fecha no se devolverá el importe del pago inicial. Para darte de baja durante el curso solo tienes que enviarnos un mail antes del día 30 del mes anterior a tu baja y podrás seguir acudiendo a clase y utilizando las herramientas del curso hasta el último día del mes abonado.

El precio del curso incluye todos los materiales, test, simulacros, clases, tutorización, aula virtual y demás herramientas de estudio desarrolladas para el curso hasta el 28 de febrero de 2020.

ANTIGUOS ALUMNOS

Si eres antiguo alumno de Plan EIR y decides volver a prepararte con nosotros, te ofrecemos un descuento, siempre que hayas hecho el curso completo anteriormente.

¡Consulta con secretaría si has hecho el curso EIR o OPE con Plan EIR Enfermería S.L.U!

CURSO INTENSIVO

En el mes de agosto, en caso de que haya plazas libres, se ofrecerá a través de la web la posibilidad de realizar el curso intensivo con inicio en septiembre hasta la fecha de examen.

El importe del curso intensivo se realiza mediante un pago único de 800 €, a abonar en el mes de agosto.



La reserva está siempre condicionada a la existencia de plazas libres.

En el curso intensivo se enviará todo el material de estudio al domicilio, la semana previa al inicio de las clases. Por este motivo, se solicita un pago único y no se devolverá el importe abonado una vez entregado el temario.

¿DUDAS?

Si tienes alguna pregunta más, puedes contactar con nosotros:

Teléfonos:

691 212 002 // 910 375 890

Horario de lunes a viernes de 9 a 14 y de 16 a 20 horas.

*Julio y agosto: de lunes a viernes de 9 a 14 horas.

Mail:

secretaria@planeir.es

planEIR



plan_EIR



plan EIR

