

Acción Formativa nº 50

PREVENCIÓN DEL ESTRÉS Y PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL EN POLICÍAS

Objetivos:

Promover la salud mental y el bienestar psicológico a través del desarrollo de estrategias de manejo del estrés profesional y promover la resiliencia ante situaciones de alto impacto emocional en policías locales, proponiendo estrategias que puedan ser implementadas en la vida personal y profesional.

Contenidos:

Características de la profesión policial. Qué son las emociones. El estrés: qué es y cómo nos afecta. Otros trastornos psicológicos: depresión y suicidio. Estrategias de afrontamiento para manejar el estrés profesional. Estrategias para reconocer y actuar ante el riesgo suicida. La resiliencia psicológica en policías: evidencia de su utilidad. Cómo promover la resiliencia y fortaleza psicológica. El mindfulness para policías como estrategia científica. Principios para una vida profesional plena y satisfactoria.

Destinatarios:

Mandos y agentes de policía local.

Fechas:

Martes 17 de noviembre; jueves 19 de noviembre; martes 24 de noviembre; jueves 26 de noviembre, martes 1 de diciembre y jueves 3 de diciembre de 2026.

Horarios:

Todas las sesiones se celebrarán de 10,00 a 13,00 horas.

Modalidad:

On-line a través de videoconferencia. Se enviará a los/as alumnos/as el enlace después de haber completado el proceso de inscripción.

Producción del evento on-line:

Tu Fábrica de Eventos

Inscripción:

Matrícula Gratuita con plazas limitadas. Las inscripciones se realizarán a través de la página <https://formacionfemp.es/node/42589>. Si usted no está registrado, cumplimente el formulario con sus datos que aparece en <https://formacionfemp.es/user/register>.

Programa

Martes 17 de noviembre de 2026

09:45 – 10:00	Apertura del aula virtual y pruebas de conexión.
10:00 – 10:10	Inauguración. <u>Presenta:</u> Joaquín Corcobado Romo. <i>Jefe de Área de Políticas Sociales.</i> <i>Dirección General de Igualdad y Políticas Locales de la FEMP.</i> Daniel Fernández Rodríguez. <i>Subdirector de Formación, Estudios, Función Pública y Deporte de la</i> <i>Dirección General de Organización y Recursos de la FEMP.</i>
10:10 – 13:00	Características de la profesión policial. Qué son las emociones. El estrés: qué es y cómo nos afecta. Otros trastornos psicológicos: depresión. <u>Ponentes:</u> Alfredo Pacheco Torralva. <i>Doctor en Psicología e Intendente de la Policía Local de Valencia.</i> Federico Gómez Sáez. <i>Médico e intendente jefe jubilado de la Policía local de Almansa (Albacete).</i>
12:50 – 13:00	Debate.
13:00	Fin de la sesión.

Jueves 19 de noviembre de 2026

09:45 – 10:00	Apertura del aula virtual y pruebas de conexión.
10:00 – 13:00	Estrategias para reconocer y actuar ante el riesgo suicida. <u>Ponente:</u> Alfredo Pacheco Torralva. <i>Doctor en Psicología e Intendente de la Policía Local de Valencia.</i>
12:50 – 13:00	Debate.
13:00	Fin de la sesión.

Martes 24 de noviembre de 2026

09:45 – 10:00	Apertura del aula virtual y pruebas de conexión.
10:00 – 13:00	Intervención organizacional: relaciones interpersonales positivas, gestión conflictos, dirección de personas... igual a entornos organizacionales saludables. <u>Ponente:</u> Jordi Vilardell Molas. <i>Doctor en Psicología, profesor de la U. Autónoma de Barcelona, Jefe del servicio de salud laboral del Departamento de Interior y Seguridad Pública de la Generalitat de Catalunya.</i>
12:50 – 13:00	Debate.
13:00	Fin de la sesión.

Jueves 26 de noviembre de 2026

09:45 – 10:00	Apertura del aula virtual y pruebas de conexión.
10:00 – 13:00	Estrategias de afrontamiento para manejar el estrés profesional. <u>Ponente:</u> Joaquín López García. <i>Doctor en psicología y subinspector de la Policía Municipal de Madrid</i>
12:50 – 13:00	Debate.
13:00	Fin de la sesión.

Martes 1 de diciembre de 2026

09:45 – 10:00	Apertura del aula virtual y pruebas de conexión.
10:00 – 13:00	La resiliencia psicológica en policías: evidencia de su utilidad. Cómo promover la resiliencia y fortaleza psicológica. El mindfulness para policías como estrategia científica. <u>Ponente:</u> Alfredo Pacheco Torralva. <i>Doctor en Psicología e Intendente de la Policía Local de Valencia.</i>
12:50 – 13:00	Debate.
13:00	Fin de la sesión.

Jueves 3 de diciembre de 2026

09:45 – 10:00	Apertura del aula virtual y pruebas de conexión.
10:00 – 13:00	Principios para una vida profesional plena y satisfactoria. <u>Ponente:</u> Federico Gómez Sáez. <i>Médico e intendente jefe jubilado de la Policía local de Almansa (Albacete).</i>
12:50 – 13:00	Debate.
13:00 – 13:10	Clausura. Joaquín Corcobado Romo. <i>Jefe de Área de Políticas Sociales.</i> <i>Dirección General de Igualdad y Políticas Locales de la FEMP.</i> Daniel Fernández Rodríguez. <i>Subdirector de Formación, Estudios, Función Pública y Deporte de la Dirección General de Organización y Recursos de la FEMP.</i>
13:00	Fin de la acción formativa.