

EIR 2021 - 2022

PLAN EIR

INFORMACIÓN GENERAL



CURSO EIR

2021/2022

¡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 (o en streaming), o estudio online, según la opción que elijas, distribuidas en tres vueltas de estudio:



- **Primera vuelta** desde ABRIL hasta SEPTIEMBRE..
- **Segunda vuelta** desde SEPTIEMBRE a ENERO - FEBRERO.
- **Tercera vuelta** súper intensiva online con videoclases y todas las herramientas web y la planificación de tu tutor, desde el fin de la segunda vuelta hasta DESPUÉS del examen, ya que estamos a tu lado en todo el proceso.

MODALIDADES DE CURSO

Debido a la situación de la pandemia, la **primera vuelta** del curso será en **streaming** para todos los alumnos, salvo que la situación epidemiológica mejore como para permitir las clases presenciales de 35 alumnos con seguridad antes de septiembre.

A partir de septiembre, en la **segunda vuelta**, si la situación lo permite, tendremos clases **presenciales** en distintas ciudades de España y distintos horarios, para intentar acercarnos a ti. En todo caso, los grupos están condicionados a un mínimo de 35 alumnos presenciales para poder hacer grupo presencial en tu ciudad. También te ofrecemos la posibilidad de hacer esta segunda vuelta en **streaming** si prefieres no acudir a ninguna sede o no hay ninguna cerca de ti.

En caso de que no estés interesado en tener clases en directo ni videoclases, podemos ofrecerte el curso de manera **online**, que incluye el temario, el acceso al aula virtual y una tutorización más individualizada.



METODOLOGÍA STREAMING/PRESENCIAL

PRIMERA VUELTA

En primera vuelta, de abril a septiembre, tendremos 20 semanas de clases para asimilar los conceptos más importantes y asentar las bases para el estudio intensivo. Algunas semanas, por motivos docentes, tendrás más horas de clase. Por ejemplo, las asignaturas de fundamentos de Enfermería o de Investigación requieren más horas lectivas. Te avisaremos con tiempo para que sepas que esas clases duran más tiempo y puedas organizarte.

Cada lunes se activa en el aula virtual la videoclase correspondiente a la asignatura que esté programada esa semana. Podrás verla cuando quieras durante esa semana e incluso repetir. Además, los miércoles de 18 a 20 horas y los sábados de 11 a 13 horas (hora peninsular) tendrás clase en directo con el profesor de esa asignatura, para orientarte sobre lo que es más importante, las trampas que pueden hacernos en el examen, resolver las dudas y practicar con la técnica de test. Durante la clase en directo tienes habilitado un chat en el que el resto de profesores de la asignatura resolverán tus dudas en tiempo real. A estas clases se accede mediante tu clave única en el aula virtual; así podemos comprobar tu asistencia para darte el diploma del curso.

¿Quieres ver una demo de nuestras clases? Accede a este enlace:

https://youtu.be/_jhCU0t-ubo

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.



Además, realizaremos cuatro simulacros presenciales durante el curso: dos en primera vuelta y otros dos en la segunda. También te avisaremos con antelación de las fechas de los simulacros.

¡Y nos adaptamos a tu ritmo! En caso de clases presenciales, 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 y obteniendo confirmación del cambio de manera inmediata.

Y si asistes al 90%* de las clases presenciales o visualizas los streaming, tendrás tu Certificado de Formación Continuada (CFC), baremable en bolsas y en oposiciones.

*Requisito fijado por la CFC. Los cursos online no tienen acreditación.

Está solicitada acreditación CFC con dos diplomas: primera vuelta y segunda vuelta. Estos diplomas son GRATUITOS: no tienes que abonar tasas ni otro importe de manera extra al curso. Estos diplomas, en años anteriores, han sido acreditados con diplomas entre 9 - 11 créditos CFC cada uno.

QUÉ INCLUYE CADA OPCIÓN DE CURSO

El curso completo, de abril 2021 a febrero 2022 incluye según la modalidad elegida:

	Curso presencial o streaming	Curso Online
28 manuales		
Acceso al aula virtual		
14 Simulacros en papel		
4 Clases de simulacros		
Autogenerador de simulacros		
Test de cada asignatura (1º y 2ºV)		
Videoclases EIR en 1ª vuelta		
Videoclases EIR en 2ª vuelta		(Solo Resumen)
Streaming en directo		
Chat en directo con el profesor		
Tutor de grupo		
Tutor individual		

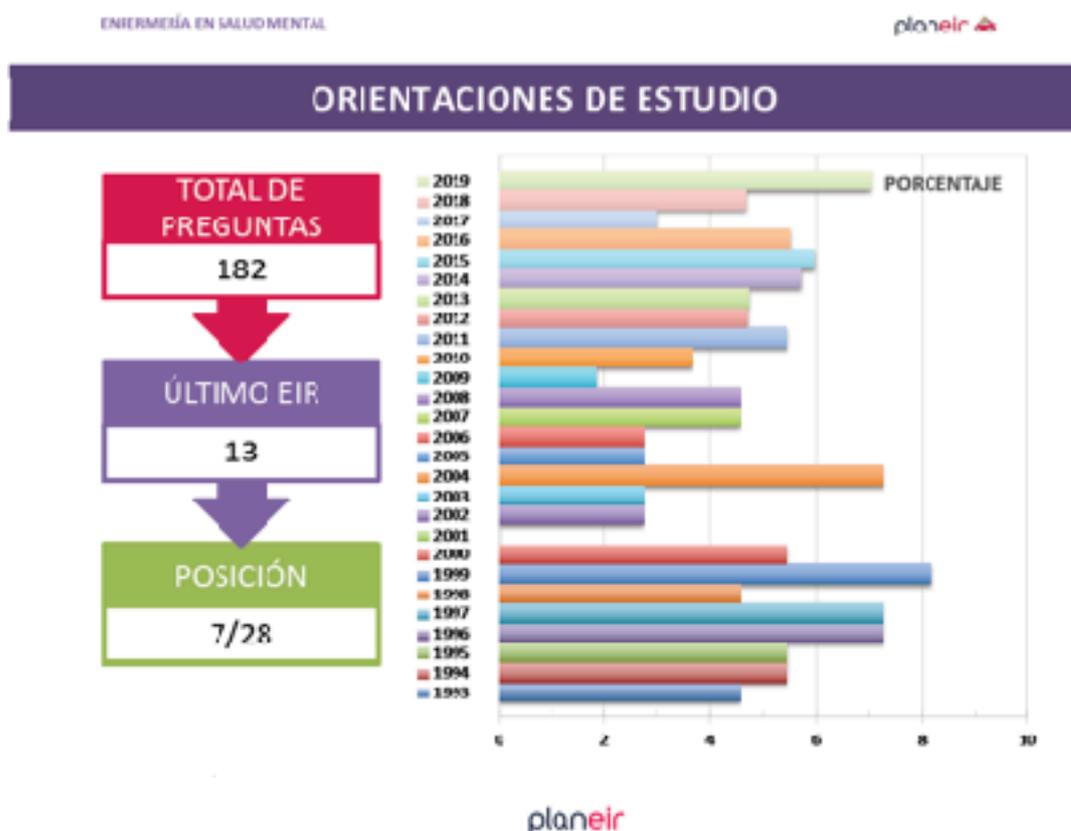
Recuerda que si la situación lo permite y si los grupos son de más de 35 alumnos podremos ofrecerte clases presenciales en tu ciudad. Siempre tendrás la modalidad streaming en caso de que no sea posible la opción presencial o te interese más.

MANUALES, AULA VIRTUAL, SIMULACROS

El temario se entrega con antelación a las clases, en forma de 28 cuadernillos individuales ilustrados a color, que contienen el temario actualizado a fecha de abril 2021, los resúmenes, esquemas y desglose de preguntas EIR. El envío se hará mes a mes a tu domicilio mediante mensajería MRW.

Cada manual contiene al inicio un índice, junto a las orientaciones de estudio para indicarte los puntos importantes y la estadística de preguntas que han aparecido en los exámenes EIR; así puedes saber la importancia relativa de cada tema y enfocar tu estudio.

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. Tenemos todos los datos EIR analizados estadísticamente para que el curso se adapte exactamente a lo que necesitas estudiar.



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

Conducta social

- Conductas irresponsables. Impulsividad. Consumo de drogas. Conductas de riesgo.
- Gasto excesivo en objetos innecesarios.
- Proximidad sexual. Aumento de la libido.
- Vestimenta y maquillaje extravagante.
- Conducta ofensiva y tendencia agresiva.
- Bajo rendimiento laboral.
- Deterioro de las relaciones sociales.

Sueño y biorritmos

- Influencia estacional: en otoño e invierno predominan los episodios depresivos. En verano es más frecuente la manía o hipomanía.
- Insomnio. La necesidad de sueño se reduce a 3 ó 4 horas por noche, no sintiéndose cansado.

1.5 Tratamiento

El tratamiento farmacológico en la prevención de las recidas del trastorno bipolar es el **carbonato de litio**.

Se trata de un estabilizador del estado de ánimo (estabilizante) con un margen terapéutico estrecho, que exige determinación periódica de niveles plasmáticos para evitar la intoxicación. Las litemias por encima de 1,5 mg/L se consideran tóxicas.

Los signos de intoxicación incluyen manifestaciones neurológicas (náuseas, somnolencia), alteraciones en el electrocardiograma y alteraciones digestivas.

Las situaciones que producen hipovolemia, hiponatremia y deshidratación aumentan el riesgo de toxicidad. El personal de Enfermería debe ayudar al paciente a identificar estas situaciones e incidir en la importancia de mantener la hidratación y realizar una dieta normosódica. En caso de aumento o disminución del sodio en la dieta habrá que ajustar la dosis de litio.

TRATAMIENTO CON LITIO

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

Otros fármacos utilizados son los sedantes y los antidepresivos. En los ciclotonos rápidos los antidepresivos pueden estar contraindicados.

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

El tratamiento psoterapéutico ha de ser simultáneo al tratamiento farmacológico. Suele 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 destinados a la seguridad del paciente y atención a las necesidades básicas.

TEMA 30

Durante el ingreso hospitalario se fijarán y mantendrán los límites marcados por la unidad.

Se procurará un entorno seguro, reduciendo los estímulos ambientales, especialmente en las horas finales del día. Es necesario valorar el riesgo de accidentes y agresividad hacia sí mismo o los demás.

La comunicación será tranquilizadora, empleando un tono bajo de voz. Se evita discutir con los pacientes hostiles. Ante las actitudes extravagantes o sexualmente inadecuadas se transmutará una actitud neutral no reactiva, redirigiendo la conducta. Se darán refuerzos positivos cuando la actitud sea adecuada.

Se fomentará una rutina de actividad y descanso adecuada. Si el paciente no incapaz de sentarse a comer, se le darán bebidas y alimentos que pueda comer sobre la marcha. Las actividades en grupo no serán competitivas.

2. TRASTORNO CICLOTÍMICO

Para el diagnóstico, el DSM-5 requiere la presencia de al menos hipomanías (que no cumplen criterios de episodio hipomaniaco) 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.



ENFERMERÍA EN SALUD MENTAL

planeir

DESGLOSE

ER 2015. Un episodio hipomaniaco se caracteriza por:

1. Un periodo de estado de ánimo anormal y persistentemente elevado, expansivo o irritable, 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 periodo de estado de ánimo anormal y persistentemente elevado, expansivo o irritable, 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 periodo, de dos años como mínimo, durante el cual han existido numerosos periodos con síntomas de ánimo elevado, con numerosos periodos con síntomas de ánimo deprimido y han estado presentes la mayor parte del día, casi todos los días.
4. Un periodo 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.

BC: 2

#TRENDING TEST

- Trastorno bipolar: alternancia entre los dos polos afectivos, con periodos de eutimia.
- Episodio maniaco: una semana. Episodio hipomaniaco: cuatro días consecutivos.
- Los episodios depresivos son más duraderos.
- Alegría patológica, manía, autolesión enagrada, grandiosidad, taquipsiquia, fuga de ideas.
- Tratamiento: litio. Vigilar litemias, hipovolemia y situaciones de hiponatremia.

RESUMEN

TRASTORNO BIPOLAR

- Alternancia entre los dos polos opuestos de la afectividad, con periodos de eutimia.
- El episodio maniaco dura al menos una semana, con síntomas la mayor parte del día, casi todos los días.
- Trastorno bipolar II: episodios hipomaniacos.
- Trastorno bipolar II: episodios hipomaniacos.
- Pico de presentación: jóvenes entre 15 - 25 años. Igual en hombres (más episodios maniaco) y mujeres (más depresivos).
- Etiología: clara vulnerabilidad genética. Factores precipitantes: drogas, parto.
- Sintomatología: episodios depresivos (más duraderos) y episodios maniacos. Alegría patológica, autolesión enagrada, euforia, agresividad, negación del problema, taquipsiquia, alimentación irregular, conducta social de riesgo, promiscuidad sexual, insomnio, influencia estacional.
- Tratamiento: litio. Vigilar litemias. La deshidratación, hipovolemia e hiponatremia predisponen a la intoxicación. Los síntomas incluyen afectación neurológica, alteraciones en el electrocardiograma, alteraciones digestivas.
- Cuidados de Enfermería: adherencia al tratamiento farmacológico, atención a la seguridad y las necesidades básicas (hidratación, alimentación).

TRASTORNO CICLOTÍMICO

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

Es decir, que desde el primer día tendrás a tu disposición: **manual completo, desglose y “manual resumen” de cada asignatura**. ¡No tienes que esperar al intensivo para recibir otros manuales ni tendrás tres cuadernos diferentes para el mismo tema!

Además, los desgloses, resumen y el trending test los tienes clasificados **por cada apartado de cada asignatura**, por lo que tendrás aún más control sobre lo que preguntan de cada tema y lo que tienes que reforzar en cada vuelta de estudio.

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 TODAS 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.

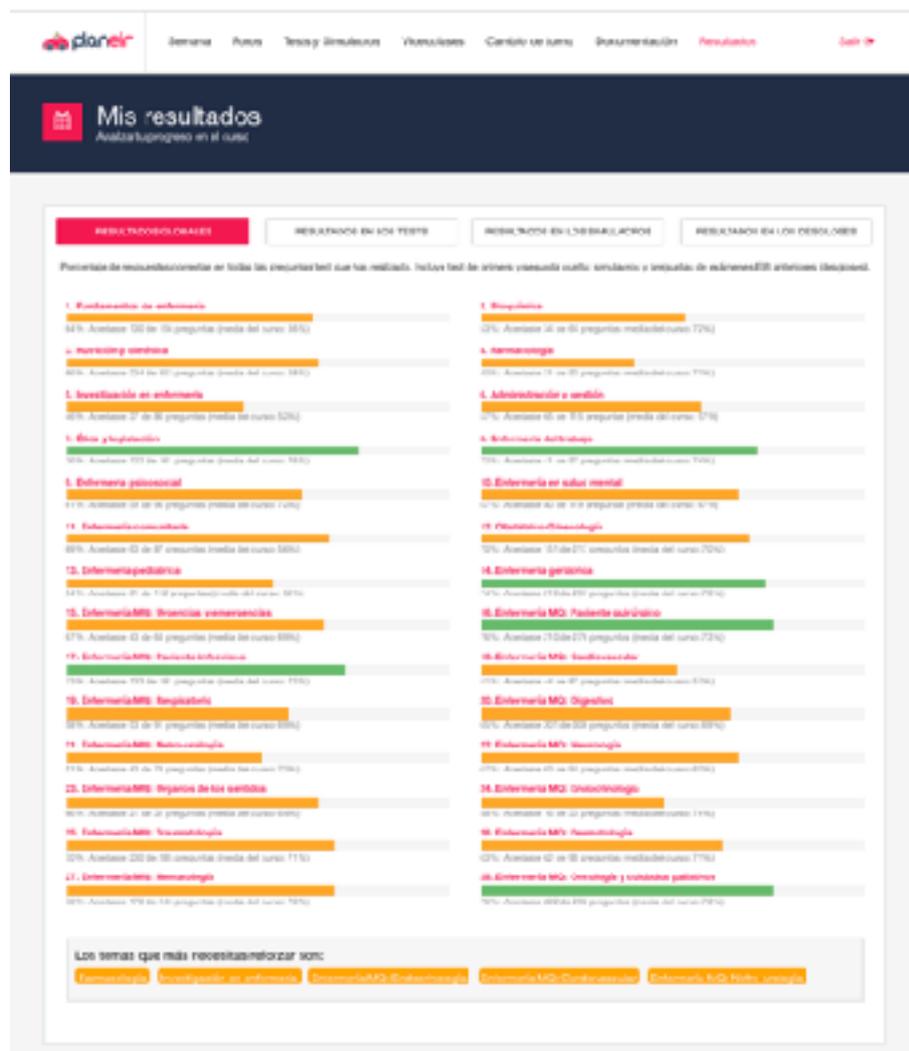
Tendrás acceso en el aula virtual a los desgloses de todas las preguntas de exámenes EIR anteriores comentadas por asignaturas o por años, para que puedas ir enfocando el estudio de las asignaturas más importantes y entrenando la técnica de test.

En total podrás hacer más de 12.000 preguntas de test online y analizar estadísticamente tus resultados. Accede al vídeo demo del aula virtual aquí: <https://youtu.be/fnJCO07JUzY>

The screenshot shows the 'planeir' website interface. At the top, there are navigation links: 'Semana', 'Força', 'Tests y Diminuciona', 'Cambio de turno', 'Documentación', and 'Salir'. The main content area displays a question: 'Si una persona de 25 años obtiene en un test psicológico un resultado respecto a su edad mental de 31 años, podemos afirmar que su CI es:'. Below the question are four radio button options: '1. CI = 83', '2. CI = 95', '3. CI = 100', and '4. CI = 125'. The fourth option is selected. A yellow warning box states: 'Espero que no hayan usado la calculadora, la edad mental es superior a la cronológica, por lo que el resultado tiene que ser mayor de 100. Recuerda 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 a 10x10 grid of question numbers from 01 to 100. The grid uses color coding: green for 'Pregunta acertada', red for 'Pregunta fallada', grey for 'Pregunta sin contestar', yellow for 'Pregunta anulada', and blue for 'Pregunta seleccionada'. In the grid, question 36 is blue, 37 is green, 38 is grey, 39 is grey, 40 is grey, 41 is grey, 42 is grey, 43 is grey, 44 is grey, 45 is grey, 46 is grey, 47 is grey, 48 is grey, 49 is grey, 50 is grey, 51 is grey, 52 is grey, 53 is grey, 54 is grey, 55 is grey, 56 is grey, 57 is grey, 58 is grey, 59 is grey, 60 is grey, 61 is grey, 62 is grey, 63 is grey, 64 is grey, 65 is grey, 66 is grey, 67 is grey, 68 is grey, 69 is grey, 70 is grey, 71 is grey, 72 is grey, 73 is grey, 74 is grey, 75 is grey, 76 is grey, 77 is grey, 78 is grey, 79 is grey, 80 is grey, 81 is grey, 82 is grey, 83 is grey, 84 is grey, 85 is grey, 86 is grey, 87 is grey, 88 is grey, 89 is grey, 90 is grey, 91 is grey, 92 is grey, 93 is grey, 94 is grey, 95 is grey, 96 is grey, 97 is grey, 98 is grey, 99 is grey, and 100 is grey. A legend titled 'Leyenda' is located below the grid.

Además de los cuatro simulacros presenciales, a lo largo del curso te entregaremos 10 simulacros más, para imitar de la manera más parecida al EIR y que el día del examen sea solamente un simulacro más. En total harás 14 simulacros tipo EIR, con 185 preguntas cada uno y su cuaderno de imágenes!!

Los simulacros se entregan en papel y se corrigen en la plataforma, para que puedas ver tus estadísticas de tus resultados y preguntar directamente las dudas de las preguntas que falles. Todas las preguntas están comentadas y tienes el feedback automático de tus respuestas. Podrás ver estadísticas personalizadas de tu progreso, compararte con el resto de alumnos y generar simulacros personalizados con los temas que más necesites reforzar.



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. At the top, there is a navigation bar with the PlanEir logo and menu items: Semana, Foros, Tests y Simulacros, and Documentación. A user profile icon for EIR+ is also visible.

The main content area is titled "Semana 1" and "Del 03 al 09 de septiembre". It features a welcome message from Yanira Navarrete, the group tutor, titled "¡Bienvenidos a la aventura PlanEir!". The message includes a motivational introduction and a specific recommendation for the first week's topic: "T10. Enfermería en Salud Mental".

The "T10. Enfermería en Salud Mental" section includes a location (Hotel Conqueridor, Carre de Cervantes, 9, 46007 Valencia) and a date (Miércoles, 05/09/2018 a las 16:00 h.). It also features a profile picture and name for Ana Rincón, the subject professor.

On the right side, there is a "Tests" section showing "Test 10" with 100 questions and a "HACER" button. Below it is a "VER TODOS LOS TESTS" button. At the bottom right, there is a decorative image with the text "MÉRECES LO QUE SUEÑAS".

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.

Y cada vez que haya mensajes nuevos podrás ver una notificación que te indicará los mensajes no leídos. ¡Así no perderás tiempo de estudio!

PRECIO DEL CURSO

El precio total del curso presencial (o en streaming) es de 1.510 €.

El precio total del curso online es de 1.130 €.

Ambos cursos están prorrateados en mensualidades para facilitarte el pago, independientemente del número de clases de cada mes.

El importe inicial de matrícula y mes de abril es de 250€ en la modalidad presencial y de 230€ en la modalidad online.

Las mensualidades restantes son de 140€ en el curso presencial y de 100€ en el curso online.

IMPORTE CURSO PREPARACIÓN EIR PRESENCIAL o STREAMING		
MATRÍCULA	Incluye mensualidad de abril	250 €
9 MENSUALIDADES	Desde mayo hasta enero incluidas	140 €
TOTAL	Curso completo de abril a enero	1510 €

IMPORTE CURSO PREPARACIÓN EIR ONLINE		
MATRÍCULA	Incluye mensualidad de abril	230 €
9 MENSUALIDADES	Desde mayo hasta enero incluidas	100 €
TOTAL	Curso completo de abril a enero	1130 €

Consulta con secretaría si:

- Empiezas más tarde. El importe será distinto según el momento en el que comiences. Ajustaremos al precio a la parte del curso que hayas perdido.
- Vives en Canarias, Baleares, Ceuta y Melilla. Los gastos extra de envío o de gestión de aduana no están incluidos y deberán ser abonados aparte.
- Eres antiguo alumno. Tienes descuento en la matrícula.

RESERVA DE PLAZA: para hacer efectiva la reserva de plaza es necesario que hayas hecho previamente la reserva A TRAVÉS DE LA WEB. Si un compañero te pasa este PDF, o lo has descargado de la página de inicio de la web, tendrás que hacer primero la RESERVA para que tengamos registrada tu solicitud.

El primer pago se realiza mediante transferencia por el importe de la matrícula, que incluye la mensualidad de abril.

En el concepto de la transferencia debes indicar claramente tu nombre y apellidos (no quién hace el pago o el titular de la cuenta si es diferente). Debes añadir el turno y la sede, siguiendo este formato:

- Ana García Fernández. EIR MADRID. TURNO TARDES
- Javier Martínez López. EIR ONLINE.

Recuerda poner el grupo al que quieres acudir en caso de que podamos hacer clases presenciales para garantizarte tu plaza.

MENSUALIDADES: el resto del curso se abonará mediante la domiciliación bancaria de las mensualidades de 140 € (ó 100 € en el online) desde mayo 2021 hasta enero 2022.

Podrás darte de baja a lo largo del curso y no te pasaremos el resto de mensualidades. Solo tienes que **avisarnos antes del día 20 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.

Una vez que hayas hecho el ingreso de la matrícula, te enviaremos por mail un formulario de matriculación. Presta mucha atención al rellenar este formulario, ya que además esos son los datos que figurarán en tu diploma, en el caso de los cursos presenciales. **RELLENA LOS DATOS DE TU NOMBRE EXACTAMENTE COMO ESTÁN EN TU DNI O EL DIPLOMA DEL CURSO NO TE SERVIRÁ.** No se pueden poner abreviaturas, ni diminutivos, ni sobrenombres.

También te solicitaremos una autorización para domiciliar los recibos del resto del curso en la primera clase. Esta autorización se llama SEPA y es una normativa a nivel europeo. Los recibos se pasarán entre el día 3 - 5 de cada mes: el primero en mayo 2021 y el último en enero 2022.

Aunque el último recibo se abona en enero de 2022, el precio del curso incluye el acceso al aula virtual y seguimiento por tu tutor hasta después de tu examen. No tendrás que abonar ninguna mensualidad extra si el curso se alarga ni para tener nuestra ayuda en el post EIR. ¡Sabemos que en el postEIR también necesitáis este acompañamiento! Es un momento de muchas decisiones importantes y estaremos a vuestro lado.

ANTIGUOS ALUMNOS

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

¡Consulta con secretaría antes de inscribirte!

CURSO INTENSIVO

En el mes de junio, en caso de que haya plazas libres, se abrirá la inscripción al curso intensivo para los antiguos alumnos, con inicio en septiembre. Para el resto de alumnos, el plazo de inscripción para el curso intensivo más tarde, para dar prioridad a los antiguos alumnos.

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



¿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 19:30 horas.

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

Mail:

secretaria@planeir.es

¡Síguenos en redes sociales!

planEIR 

plan_EIR 

plan EIR 

Puedes ver lo que opinan nuestros alumnos aquí:

<https://www.youtube.com/watch?v=sMStUOeP7vo&t=53s>