



**PROGRAMA  
CURSO DE AUTOCUIDADO PARA ESPECIALISTAS EN CIRUGÍA 2024  
Modalidad Online**

# **PROGRAMA CURSO DE AUTOCUIDADO PARA ESPECIALISTAS EN CIRUGÍA 2024 MODALIDAD ONLINE**

**Duración**  
8 horas académicas

**Directores**  
Dr. Alejandro Barrera,  
Presidente de SOCHICIR

**Dra. Macarena Fernández,**  
Presidenta del departamento de cirujanas

**Certifica**  
SOCHICIR

## **MÓDULO 1 – GENERALIDADES**

**Clase 1**  
COMO SOBREVIVIR DESPUÉS DEL TURNO: HIGIENE DE SUEÑO  
Neuróloga. María Fernanda Gómez

**Clase 2**  
NO TENGO TIEMPO ¿QUÉ COMO?  
Dra. Assi Catalán V  
Dra. Daniela Diaz

**Clase 3**  
EMBARAZO Y PABELLÓN ¿ES POSIBLE?  
Ginecóloga. Velia Sandías

**Clase 4**  
PAUSA ACTIVA EN LA CONSUTA MÉDICA  
Intérprete en Danza. Johana Castillo

**Clase 5**  
SALUD FINANCIERA AL TERMINAR LA ESPECIALIDAD: SINDROME POST  
BECADO  
Inversionista y Coach financiero. Víctor Sánchez

**Clase 6**  
ERGONOMÍA Y PREVENCIÓN DE LESIONES EN PABELLÓN  
Dr. Ignacio Méndez

**Clase 7**  
MINDFULNESS EN LA PRÁCTICA QUIRÚRGICA  
Psic. Cristóbal Carrasco

**Clase 8**  
IMPACTO DE LAS COMPLICACIONES QUIRÚRGICAS EN LOS CIRUJANOS/AS: SINDROME DE LA SEGUNDA VÍCTIMA  
Dr. Felipe Bellolio